

ГБУДО ДТДиМ Колпинского района Санкт-Петербурга  
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**Основы скалолазания**

Методические и иные документы (презентации, раздаточный материал, макеты, модели, образцы и др. материалы при наличии),  
разработанные организацией для обеспечения образовательного процесса)

Тема программы	Название материала
<b>1 год обучения</b>	
Введение в курс	«Что такое скалолазание» презентация
Техника безопасности на скалодроме и правила поведения на занятиях в зале и природной среде	Инструкции по технике безопасности на скалодромах и естественном рельефе. «Что можно - что нельзя» наглядный материал – коллекция табличек по ТБ
Основное снаряжение для скалолазания и горного туризма.	«Я возьму с собой в поход...» Презентация, конспекты лекций
Одежда для скалолазания и горного туризма	«Удобно, надёжно, универсально» Презентация, раздаточный материал.
Специальное снаряжение. Специальное групповое снаряжение для скалолазания и горного туризма	Специальное личное снаряжение. Презентация, набор иллюстраций. Специальное групповое снаряжение. Презентация, набор иллюстраций.
Техника безопасности и техника страховки	Техники страховки и движения на разных типах рельефа. Презентация, набор иллюстраций.
Техническая подготовка	«Активы-пассивы-мизера...» Презентация, видеоролик
Тактическая подготовка.	«Основы тактики в скалолазании и горном туризме». Презентация, конспект беседы
<b>2 год обучения</b>	
Введение в курс	«Люди и горы» презентация Презентация «Что такое скалолазание»
Техника безопасности на скалодроме и правила поведения на занятиях в зале и природной среде	Инструкции по технике безопасности на скалодромах и естественном рельефе. «Что можно - что нельзя» наглядный материал – коллекция табличек по ТБ
Меры безопасности при преодолении естественных и искусственных препятствий.	Основы правил вида спорта – безопасное лазание: - «Скалолазание» - «Спортивный туризм» Презентация, конспекты лекций
Спорт и здоровье	Памятка Допингу - НЕТ!

	<i>Презентация, раздаточный материал.</i>
Техника безопасности и техника страховки	Техники страховки и движения на разных типах рельефа. <i>Презентация, набор иллюстраций.</i>
Техническая подготовка	«Техника работы ног в скалолазании» <i>видеоролик</i> «Отдыхаем в движении» <i>видеоролик</i>